



5月

しょうがっこう こんだてひょう



令和3年

吉川市学校給食センター

ひ に ち	よ う び	調理 形態	におかず	こんだて しょうじょくざいりょう 献立の使用食材料	栄養価		アレルギー 対応食提供日		
					エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	卵 除去 食	乳 除去 食	卵 乳 除去 食
6	(木)	ス プ ー ン	ごはん	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)	635	24.2	◆	◆	
			ちゅうかうまに	豚肉 ○なると むきえび はくさい にんじん ○たけのこ 玉ねぎ 青ピーマン きくらげ しょうが でん粉なたね油 ごま油 ○醤油 食塩 ○豚ガラスープ ○中華スープの素 ○こしょう ○オイスターソース ○料理酒					
			ぎょうざ 2こ	ぎょうざ【豚肉・キャベツ・小麦粉・玉ねぎ・鶏肉・パン粉(小麦)・粒状小麦蛋白・砂糖・馬鈴薯澱粉・生姜・醤油(小麦・大豆)・食塩・コショウ・イーストフード・ビタミンC・ベニコウジ色素】(※コンタミネーション:小麦・大豆・鶏肉・豚肉・かに・えび・ごま)なたね油					
			↑たれ	砂糖 ○醤油					
			フルーツあんぱん	○みかん缶 ○黄桃缶 ○パイン缶 冷凍杏仁豆腐【乳又は乳製品を主要原料とする食品・水あめ・加糖れん乳・砂糖・砂糖ぶどう糖果糖液糖・杏仁パウダー・ゲル化剤・貝Ca・乳化剤(大豆)・ホエイソルト(乳)・PH調整剤・ピロリン酸第二鉄・香料】(※コンタミネーション:卵・乳・小麦・オレンジ・キウイ・大豆・もも・りんご・ゼラチン・バナナ・ごま・アーモンド)					
7	(金)	ス プ ー ン	ナン	ナン【学校給食用小麦粉・学校給食用米粉・小麦たんぱく・砂糖・食塩・イースト・ショートニング・なたね油・乳化剤・ビタミンC】(※コンタミネーション:乳・卵・大豆・豚肉・牛肉・鶏肉・りんご・くるみ・オレンジ)	617	32.7	◆	◆	
			マカロニスープ	レバー入りウインナー【豚肉・豚レバー・食塩・砂糖・香辛料】(※コンタミネーション:豚肉・鶏肉・乳・大豆) レタス にんじん 玉ねぎ しめじ シェルマカロニ(小麦)なたね油 ○醤油 ○こしょう ○コンソメ ○チキンスープストック 食塩 パセリ					
			いかのこうそうやき	いか切身 にんにく オリーブオイル バジル ○薄口醤油 ○こしょう 食塩 ○白ワイン					
			キーマカレー	豚肉 ミックスビーンズ【ひよこ豆・レッドキドニー・青えんどう豆】(※コンタミネーション:大豆) 粉チーズ(乳) スキムミルク(乳) 玉ねぎ にんじん 青ピーマン にんにく しょうが グリンピースなたね油 ○カレールウ ○ケチャップ ○カレー粉 ○中濃ソース ○赤ワイン ローリエ ○こしょう ○チキンスープストック					
10	(月)	ス プ ー ン	ごはん	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)	649	27.6	◆	◆	
			きつねじる	油揚げ(大豆) 鶏肉 ○なると ☆だし昆布 ☆かつお節 にんじん 長ねぎ こまつな ○みりん風味調味料 ○料理酒 ○醤油 食塩					
			ちくわのいそべあげ 2こ	カットちくわ【魚肉・馬鈴薯でん粉・食塩・菜種油・砂糖・ぶどう糖・加工でん粉】(※コンタミネーション:卵・乳・小麦・かに・大豆・えび・牛肉・鶏肉・豚肉・やまいも) あおさ粉 小麦粉 なたね油 食塩					
			きりぼしだいこんのソースいため	豚肉 ○かつお節 切干大根 にんじん 緑豆もやし いんげん(※コンタミネーション:乳・大豆・やまいも)なたね油 ○中濃ソース ○ウスターソース ○オイスターソース ○料理酒 ○こしょう					
11	(火)	ス プ ー ン	ごはん	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)	704	27.5	◆	◆	
			トックスープ	鶏肉 きくらげ 長ねぎ こまつな 緑豆もやし にんじん トック餅【米粉・澱粉・食塩・酒精・PH調整剤】 ごま油 白すりごま ○醤油 食塩 ○中華スープの素 ○豚ガラスープ ○こしょう					
			ぶたにくのカルビソース	豚肉 ○コチュジャン にんにく こねぎ ごま油 ○みりん風味調味料 白すりごま 砂糖 でん粉 ○料理酒 ○醤油					
			やきビーフン	レバー入りウインナー【豚肉・豚レバー・食塩・砂糖・香辛料】(※コンタミネーション:豚肉・鶏肉・乳・大豆) 玉ねぎ にんじん にら ○干しいたけ キャベツ ビーフン【米】 ごま油 なたね油 ○中華スープの素 食塩 ○こしょう ○料理酒 ○薄口醤油 ○オイスターソース					
12	(水)	ス プ ー ン	★7大アレルギー除去献立 ※裏の7大アレルギー除去献立の説明欄をよくご確認ください		618	25.4	◆	◆	
			ごはん	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)					
			こんさいのみそしる	鶏肉 生揚げ(大豆) ○赤みそ ○白みそ ☆煮干し だいこん にんじん 長ねぎ ごぼう じゃがいも こんにゃく ごま油					
			いわしのかばやき	いわし濃粉付き(※コンタミネーション:卵・乳・小麦・えび・いか・鮭・さば・大豆・鶏肉・豚肉・山芋・りんご・ごま)なたね油 砂糖 一味唐辛子 ○醤油 ○和風だし					
			やさいのあえもの	キャベツ きゅうり にんじん					
↑ドレッシング	○すりごま醤油ドレッシング								
13	(木)	ス プ ー ン	ちゅうかめん	中華麺【輸入小麦粉・県産小麦粉・食塩・かんすい(原材料の一部に小麦を含む)】(※コンタミネーション:そば・卵)	642	29.4	◆	◆	
			ながさきチャンポン	豚肉 いか短冊切り(※コンタミネーション:いか・さば・さけ・えび・卵・乳・小麦・大豆・ごま・りんご・ゼラチン) むきえび ○なると キャベツ 緑豆もやし にんじん ○たけのこ チンゲンサイ きくらげ にんにく しょうが 白すりごま ごま油 ちゃんぽんスープの素【畜肉エキス(小麦・乳・ゼラチン・大豆・鶏肉・豚肉)・野菜エキス・魚介エキス・食塩・砂糖・醤油(小麦・大豆)・香辛料・調味料】なたね油 ○料理酒 ○中華スープの素 ○こしょう 食塩 ○醤油					
			にくちまき	肉ちまき【もち米・豚肉・しょうゆ(大豆・小麦)・しいたけ・砂糖・ラード・にんじん・たまねぎ・香辛料・調味料・増粘剤】					
			コロコロきゅうり	きゅうり					
			↑ドレッシング	○青じそドレッシング					
14	(金)	ス プ ー ン	★7大アレルギー除去献立 ※裏の7大アレルギー除去献立の説明欄をよくご確認ください		603	27.9	◆	◆	
			ごはん	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)					
			おまめのスープ	白いんげん豆(※コンタミネーション:大豆) ベーコン【豚かた肉・食塩・砂糖・香辛料】(※コンタミネーション:牛肉・鶏肉・大豆・小麦) 玉ねぎ にんじん いんげん(※コンタミネーション:乳・大豆・やまいも) じゃがいも なたね油 食塩 ○こしょう ○薄口醤油 ○チキンスープストック ○コンソメ ○白ワイン					
			ささみのレモンソース	鶏肉 ○レモン果汁 でん粉 なたね油 砂糖 ○醤油					
カラフルソテー	豚肉 キャベツ にんじん こまつな ○ホールコーン なたね油 ○コンソメ 食塩 ○こしょう								
17	(月)	ス プ ー ン	ごはん	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)	657	23.0	◆	◆	
			にくじゃが	豚肉 ○あげこうや にんじん 玉ねぎ 長ねぎ いんげん(※コンタミネーション:乳・大豆・やまいも) じゃがいも つきこんにゃく 砂糖 ○みりん風味調味料 なたね油 ○醤油 ○料理酒 ○和風だし					
			きびなごサクサクやき 2ひき	きびなごサクサク焼き【きびなご・小麦粉・植物性油脂・澱粉・醤油(小麦・大豆)・みりん・発酵調味料・コーンフラワー・食塩・砂糖・植物性たんぱく(大豆)・生姜・粉末醤油(小麦・大豆)・みそ(大豆)・膨張剤】(※コンタミネーション:えび・さば・いか・卵・乳)なたね油					
			えだまめいりかいそうサラダ	ひじき 枝豆(大豆) ○ホールコーン キャベツ					
↑ドレッシング	○和風クリーミードレッシング								
18	(火)	ス プ ー ン	しよくパン	食パン【輸入小麦粉・県産小麦粉・マーガリン・砂糖・国産脱脂粉乳・イースト・食塩・小麦たんぱく・ビタミンC(原材料の一部に小麦・乳・大豆を含む)】(※コンタミネーション:卵・乳・ごま)	619	24.7	◆	◆	
			コンソメスープ	鶏肉 はくさい にんじん こまつな 玉ねぎ しめじ なたね油 ○コンソメ ○薄口醤油 食塩 ○こしょう					
			フランクのケチャップソース	レバー入りフランク【豚肉・豚レバー・食塩・砂糖・香辛料】(※コンタミネーション:豚肉・鶏肉・乳・大豆) なたね油 砂糖 ○ケチャップ ○中濃ソース ○チキンスープストック					
			おんサラダ	キャベツ きゅうり にんじん					
			↑ドレッシング	○フレンチドレッシング					
いちごミックスジャム	いちごミックスジャム【水あめ・砂糖・いちご・りんご・ゲル化剤・酸味料・香料】								
19	(水)	ス プ ー ン	🍷マカオ交流給食 : 吉川市の東京2020パラリンピック競技大会ホストタウンであるマカオの味を楽しみましょう!!		731	29.9	◆	◆	
			ごはん	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)					
			フォースープ	鶏肉 にんじん 玉ねぎ 緑豆もやし チンゲンサイ ○干しいたけ しょうが 米粉めん【米粉・馬鈴薯澱粉】(※コンタミネーション:大豆) でん粉 なたね油 ごま油 ○中華スープの素 ○薄口醤油 ○豚ガラスープ 食塩 ○こしょう					
			めだまやき	目玉焼き【鶏卵・焼き油】(※コンタミネーション:乳・小麦・かに・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン・ごま)					
			ミンチ(マカオのそばろごはんのぐ)	豚肉 ○脱脂大豆 玉ねぎ にんにく 砂糖 ごま油 なたね油 じゃがいも 食塩 ○こしょう ○醤油 ○料理酒					
とうにゅうプリン	豆乳プリン【砂糖・水あめ・豆乳(大豆)・粉末油脂・砂糖ぶどう糖果糖液糖・食塩・ゲル化剤・貝カルシウム・香料・ピロリン酸第二鉄・カロチノイド色素・デキストリン・カラメル色素】(※コンタミネーション:卵・乳・小麦・オレンジ・キウイ・大豆・もも・りんご・ゼラチン・バナナ・ごま・アーモンド)								

ひ に ち	よ う び	調理場 の 日 時	に ゆ う	お か ず	こんだて しょうしょくざいりょう 献立の使用食材料	栄養価		アレルギー 対応食提供日		
						エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	卵 除 去 食	乳 除 去 食	卵 乳 除 去 食
20	(木)			<b>★7大アレルギー除去献立 ※下の7大アレルギー除去献立の説明欄をよくご確認ください</b>		643	31.9			
				ごはん	精白米 強化米(※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)					
				やさいのごまみそしる	鶏肉 油揚げ(大豆) ○白みそ ☆かつお節 にんじん 長ねぎ ○干しいたけ だいこん 里芋 白すりごま ごま油					
				さばのしおやき	塩さば なたね油					
				おかひじきのサラダ	おかひじき にんじん 緑豆もやし きゅうり					
↑ドレッシング	○柚子ドレッシング									
21	(金)	ス プ ー ン	●	むぎごはん	精白米 強化米 米粒麦(※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)	654	20.1			
				ハヤシライス	豚肉 ○とりレバーそぼろ 玉ねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース にんにく じゃがいも ○デミグラスソース なたね油 ○ハヤシルウ ○ケチャップ ○中濃ソース ○チキンスープストック ○赤ワイン ○こしょう					
				れいとうみかん	冷凍みかん					
				コーンサラダ	○ホールコーン にんじん きゅうり キャベツ					
				↑ドレッシング	○おろし玉葱ドレッシング					
24	(月)	ス プ ー ン	●	ごはん	精白米 強化米(※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)	633	27.8			
				ワントンスープ	鶏肉 ○なると 長ねぎ 緑豆もやし にんじん こまつな きくらげ 乾燥ワントン【小麦粉・小麦たん白・食塩】 なたね油 ごま油 白いりごま ○醤油 食塩 ○中華スープの素 ○こしょう					
				しろみざかなのチリソース	白身魚フリッター【ホキ・小麦粉・とうもろこし澱粉・大豆油・ベーキングパウダー】(※コンタミネーション:えび・いか・乳・卵・鶏肉・小麦・大豆・ごま) ○豆板醤 玉ねぎ にんにく しょうが なたね油 砂糖 でん粉 ○ケチャップ ○醤油 ○料理酒					
				ブロッコリーとしめじのちゅうかいため	豚肉 ○コチュジャン 玉ねぎ ブロッコリー しめじ にんにく ごま油 砂糖 でん粉 ○こしょう ○醤油 ○料理酒 食塩					
25	(火)		●	<b>★7大アレルギー除去献立 ※下の7大アレルギー除去献立の説明欄をよくご確認ください</b>		662	29.7			
				ごはん	精白米 強化米(※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)					
				みそしる	干しわかめ 生揚げ(大豆) ○赤みそ ○白みそ ☆煮干し だいこん にんじん こまつな					
				てりやきハンバーグ	ハンバーグ【鶏肉・豚肉・たまねぎ・粒状植物性たん白(大豆)・豚脂・でん粉・乾燥マッシュポテト・砂糖・トマトケチャップ・野菜ペースト・食塩・香辛料・オニオンエキスパウダー・酵母エキス・植物油(大豆)・加工デンプン・炭酸Ca・焼成Ca・ピロリン酸鉄・着色料・硫酸Ca】(※コンタミネーション:えび・かに・小麦・卵・乳・いか・牛肉・ごま・さば・バナナ・りんご・ゼラチン・魚介類) 砂糖 ○みりん風味調味料 でん粉 ○醤油 ○料理酒					
				ごもくまめ	大豆水煮【大豆・デキストリン・食塩・乳酸Ca・酸化防止剤】 鶏肉 にんじん いんげん(※コンタミネーション:乳・大豆・やまいも) 角切り昆布 ごぼう こんにゃく 砂糖 ○みりん風味調味料 なたね油 ○醤油 ○和風だし					
26	(水)	ス プ ー ン		ごはん	精白米 強化米(※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)	674	26.0			
				コーヒーミルク	コーヒーミルク【生乳・砂糖・コーヒー抽出液・乳製品】					
				トマトとレタスのスープ	レバー入りウインナー【豚肉・豚レバー・食塩・砂糖・香辛料】(※コンタミネーション:豚肉・鶏肉・乳・大豆) トマト レタス 玉ねぎ なたね油 ○コンソメ 食塩 ○薄口醤油 ○こしょう					
				とりにくのおからあげ 2こ	鶏肉 ○レモン果汁 しょうが にんにく でん粉 なたね油 ○料理酒 ○こしょう 食塩					
				キャベツとフジッリのソテー	○ツナフレーク キャベツ にんじん しめじ にんにく フジッリマカロニ(小麦) なたね油 オリーブオイル 食塩 ○こしょう					
27	(木)	●	じごなうどん	地粉うどん【県産小麦粉・食塩(原材料の一部に小麦を含む)】(※コンタミネーション:そば・卵)	701	24.7	◆	◆		
			わかめうどん	豚肉 油揚げ(大豆) 干しわかめ ○なると ☆だし昆布 ☆かつお節 にんじん 長ねぎ こまつな ○みりん風味調味料 ○醤油 食塩 ○料理酒						
			おにまん	鬼まん【さつまいも・小麦粉・砂糖・ラード(豚肉)・ベーキングパウダー(大豆)・食塩・トレハロース・イースト】(※コンタミネーション:乳・卵・牛肉・えび・鶏肉・りんご・ゼラチン・ごま)						
			やさいのごまあえ	緑豆もやし キャベツ きゅうり にんじん						
			↑ドレッシング	○ごまクリーミードレッシング						
28	(金)	ス プ ー ン	●	ごはん	精白米 強化米(※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)	661	23.9	◆	◆	
				ずぶた	豚肉 うずら卵水煮 しょうが 玉ねぎ にんじん ○たけのこ ○干しいたけ グリンピース でん粉 なたね油 じゃがいも 砂糖 ○醤油 ○料理酒 ○ケチャップ ○穀物酢 ○オイスターソース ○中華スープの素					
				メロン	メロン					
				いためナムル	緑豆もやし にんじん えのきたけ いら にんにく なたね油 ごま油 白いりごま ○薄口醤油 ○中華スープの素 食塩					
31	(月)	ス プ ー ン	●	ごはん	精白米 強化米(※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)	637	26.7		◆	◆
				ポトフ	鶏肉 ブロッコリー にんじん 玉ねぎ キャベツ なたね油 じゃがいも ○チキンスープストック ローリエ 食塩 ○こしょう ○コンソメ					
				とうふのグラタン	冷凍豆腐【大豆・デキストリン・でん粉・豆腐用凝固剤】 ベーコン【豚かた肉・食塩・砂糖・香辛料】(※コンタミネーション:牛肉・鶏肉・大豆・小麦) ほたて貝柱水煮【ほたて貝・食塩】(※コンタミネーション:卵・乳・小麦・牛肉・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ごま) 牛乳 粉チーズ(乳) 玉ねぎ マッシュルーム ○有塩バター(乳) 米粉 なたね油 食塩 ○醤油 ○こしょう パセリ					
				アスパラガスのソテー	レバー入りウインナー【豚肉・豚レバー・食塩・砂糖・香辛料】(※コンタミネーション:豚肉・鶏肉・乳・大豆) ○ホールコーン グリーンアスパラガス エリンギ 赤ピーマン なたね油 ○コンソメ 食塩 ○こしょう					
				ふりかけ	○おかかふりかけ					
<b>【各マークについての説明】</b>						<b>基準栄養価</b>	<b>650</b>	<b>21~32</b>		
○	加工品	月に何度も使用する加工品です。毎学期始めに別途お配りしている原料表に詳細な内容を記載しています。原料表は学期を通して使用しますので、大切に保管してください。								
☆	だし類	だしで使用している食材です。(☆かつお節(※コンタミネーション:さば)、☆だし昆布(※コンタミネーション:小麦・大豆・くるみ・落花生・ごま・えび)、☆煮干し(※コンタミネーション:小麦・大豆・くるみ・落花生・ごま・えび)等)								
★	7大アレルギー除去献立	除去の対象となるアレルギーは、表示義務のある卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生 の7品目です。その他のアレルギーについては対象外となります。毎月献立表の使用食材料をよくご確認くださいませますようお願い致します。※『学校給食における食物アレルギー対応指針(文部科学省)』に基づき実施するため、上記7品目であっても調味料やだし、油等にごく微量に含まれるアレルギーについては除去の対象外です。								
◆	アレルギー対応食提供日	アレルギー対応食の対象者に、対応食が提供されます。対応食の使用食材料については、対象者に別途お渡ししている献立表をご覧ください。なお、除去の対象となるのはアレルギー対応食のみです。提供日以外の献立には卵や乳が含まれる場合がありますので、使用食材料欄を必ずご確認ください。								
<b>【注意事項】</b>										
<ul style="list-style-type: none"> <li>都合により献立及び食材料の変更をすることがありますのでご了承ください。</li> <li>表記が無くても、味の調整のため食塩・砂糖を使用することがあります。</li> <li>丸ごと食べられる魚は、魚卵を含む場合があります。</li> <li>ちりめんじゃこなどの小魚や海藻類には、甲殻類を含む場合があります。</li> <li>コンタミネーション等に関する情報は、業者から開示されている情報のみを記載しています。記載の無い食材全てがコンタミネーションを含まないわけではありませんのでご注意ください。</li> <li>※コンタミネーションとは、食品を製造する際に、原材料としては使用していても、アレルギーとなる食材等が意図せずして混入してしまうことを言います。(例:同じ工場内で使用している、同じ製造ラインで使用している等)</li> <li>調理場内における調理過程でのコンタミネーション及びキャリアオーバーについては記載していません。</li> <li>小学校の献立で使われていない食材であっても、中学校の献立で使用している場合があります。交差の無いよう注意して調理しておりますのでご了承ください。</li> </ul>										
<b>★献立表は市のホームページからも確認できます。(ホーム→子育て・教育・学び→学校給食)</b>										